

I 都や国の体力調査の分析結果（H29）に基づいた授業改善指針

i 「授業の目標の明示」、「学び合い・協力する活動」、「振り返る活動」を位置付けた授業を展開していく。

ii 授業における活動を工夫して運動の楽しさや喜びを味わわせるとともに、運動の特性に応じた基本的な技能を身に付させ、体力の向上を図っていく。

iii 持久力は向上しつつあり、より一層、「ペースを守り、一定の距離を走る」等の長距離走や動きを持続する運動など持久力を高める運動を意図的・計画的に展開していく。

iv リラックスしながらペアでのストレッチを行うなど、「体ほぐしの運動」や「多様な動きをつくる運動」、「マット運動」等の充実を図っていく。

v オリンピック・パラリンピックに主体的に参画できるようにするとともに、実際に体験や活動を通じて学びを深め、オリンピック・パラリンピックの価値や意義を捉えられるようにする。

都や国の体力調査の実施（5～6月）
東京駅伝（2月）

結果分析

成果と課題・授業改善等のポイントの明示（1月）

II 体力調査の分析結果に基づく事業

- 1 都・国の「体力・運動能力、生活・運動習慣等」調査結果に基づいた授業改善推進プランのPDCAサイクル化
- 2 「立川スタンダード（基本的指導過程）20 Ver.2～体育・保健体育編」開発・活用
- 3 教育研究事業のPDCAサイクル化
 - (1)スーパ-アクティブスクール
 - (2)コ-ディネ-ション・トレーニング 地域拠点校
- 4 指導課訪問及び授業力アップ研修等における体育・保健体育公開授業の実施
- 5 「体力向上推進月間（10月）」による「一校一取組運動」の充実
- 6 中学生「東京駅伝」大会への取組の充実
- 7 体育実技研修の充実
- 8 幼保・小中連携を図った体育的活動の設定
 - ・「立川市・就学前スタンダード20」の活用
 - ・幼保小中連携教育推進協議会による情報交換・運動交流・発達段階に応じた指導
- 9 体育協会・大学・アルバルク東京等との連携を図った授業・部活動の展開
- 10 部活動指導員を活用した指導・引率（教員の働き方改革・部活動の質的向上）
- 11 運動の複線化：集会活動、クラブ・部活動（文化部を含む）、休み時間等を効果的に活用し、運動に親しませる機会を設定する。また、市の大会である「立川シティハーフマラソン」や「立川市駅伝競走」、「小学生ロードレース」等の大会があることを紹介し、児童・生徒が目標（めあて）をもって積極的に挑戦できる機会を提供する。

○小学校入学前までに育てほしい姿の設定
例：「走る、跳ぶ、投げる等の基本動作ができる。」「毎日60分は体を動かしている。」

立川市就学前スタンダード20（案）

領域	目標	内容
運動・健康	基礎的な運動能力を身に付け、健康な生活を送る。	① 走る、跳ぶ、投げる等の基本動作を身に付ける。 ② 持久力を高める。 ③ 柔軟性を高める。
生活習慣	健康的な生活習慣を身に付ける。	① 毎日の運動習慣を身に付ける。 ② 食生活や睡眠習慣を身に付ける。
社会性	仲間と協力して活動する。	① 友達と一緒に遊ぶ。 ② 先生や保護者の話をよく聴く。

III オリンピック・パラリンピック教育推進事業

- 1 世界ともだちプロジェクト
 - ・東京オリンピック・パラリンピックに参加予定の国・地域の文化や歴史、スポーツや言語等を幅広く学ぶ
- 2 夢・未来プロジェクト
 - ・オリンピック・パラリンピアン等との直接交流によりオリンピック・パラリンピックの理念や価値を理解し、スポーツへの関心を高める
- 3 立川在住・在勤のオリンピックとの交流と継続的な支援
- 4 東京女子体育大学との連携によるオリンピックによる授業
- 5 オリンピアン・パラリンピアンによる授業
- 6 教科等におけるオリンピック・パラリンピック学習
- 7 教育研究事業
 - (1) オリンピック・パラリンピック教育アワード校
 - (2) パラリンピック競技応援校
- 8 オリンピック・パラリンピック教育教員研修会
- 9 立川市児童会・生徒会サミット（児童・生徒の主体的取組）
～2020東京オリンピック・パラリンピックにどう取り組んでいくか～

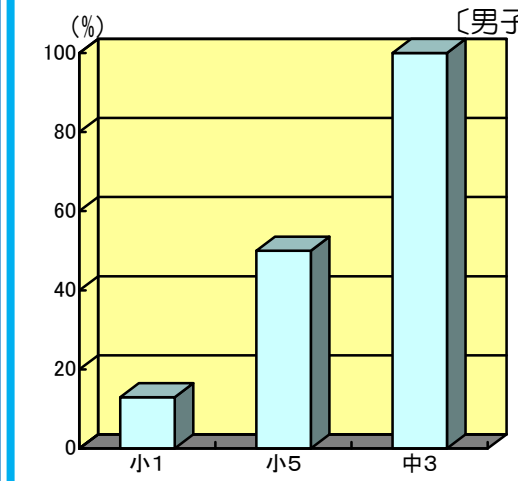
東京都統一体力テスト 小中学生男子（都平均以上太字ゴシック）

平成29年度	小1	小5	中3
握力 (kg)	9.0	17.0	34.3
上体起こし (回)	11.1	20.2	30.1
長座体前屈 (cm)	26.0	34.6	46.6
反復横跳び (回)	25.7	41.6	55.5
20mシャトルラン (回)・持久走 1500m (秒)	16.8	51.5	375.9
50m走 (秒)	11.5	9.2	7.6
立ち幅跳び (cm)	111.0	154.1	208.7
ソフトボール投げ (m)	7.7	21.4	
ハンドボール投げ (m)			23.0

東京都統一体力テスト 小中学生女子（都平均以上太字ゴシック）

平成29年度	小1	小5	中3
握力 (kg)	8.2	16.6	25.1
上体起こし (回)	10.8	19.4	25.0
長座体前屈 (cm)	28.7	39.0	47.7
反復横跳び (回)	24.5	39.6	48.3
20mシャトルラン (回)・持久走 1000m (秒)	13.6	39.9	288.3
50m走 (秒)	11.8	9.5	8.8
立ち幅跳び (cm)	104.2	145.2	168.3
ソフトボール投げ (m)	5.1	12.8	
ハンドボール投げ (m)			13.2

都平均以上（調査結果）の種目の割合 [男子]



都平均以上（調査結果）の種目の割合 [女子]

